

DOI: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11iCOVIDp7095-7104>

Impacto da pandemia de COVID-19 na obesidade de adultos

Impact of the COVID-19 pandemic on adult obesity

Impacto de la pandemia de COVID-19 en la obesidad adult

RESUMO

Objetivo: relacionar os pilares da Teoria das Necessidades Humanas Básicas de Abraham Maslow com os possíveis riscos e fatores de influência para desenvolver obesidade durante a pandemia da COVID-19. Métodos: estudo do tipo reflexivo com análise documental a partir de buscas realizadas na base de dados Google Acadêmico e Pubmed, durante o mês de novembro de 2020, cujo referencial teórico foi pautado na teoria da motivação humana ou hierarquia das necessidades humanas básicas de Abraham Maslow. Resultados: esse cenário pode ser ainda mais impactado devido ao período de pandemia ocasionado pelo COVID-19, onde o acúmulo de adiposidade acarreta complicações metabólicas. Conclusão: o presente estudo aponta que a pandemia da COVID-19 pode ser um fator importante para que os brasileiros mudem seus hábitos e isso é um fator de alerta para desenvolvimento de obesidade em adultos entendendo-se por apresentar impacto em cada um dos cinco níveis hierárquicos da pirâmide de Maslow.

DESCRITORES: COVID-19; Obesidade; Nutrição; Saúde Pública.

ABSTRACT

Methods: reflective study with documentary analysis based on searches carried out in the Google Scholar and Pubmed database, during the month of November 2020, whose theoretical framework was based on the theory of human motivation or hierarchy of needs basic human beings by Abraham Maslow. Results: this scenario can be even more impacted due to the pandemic period caused by COVID-19, where the accumulation of adiposity causes metabolic complications. Conclusion: the present study points out that the COVID-19 pandemic may be an important factor for Brazilians to change their habits and this is a warning factor for the development of obesity in adults, understanding that it has an impact on each of the five levels. the hierarchy of the Maslow pyramid.

DESCRIPTORS: COVID-19; Obesity; Nutrition; Public Health.

RESUMEN

Métodos: estudio reflexivo con análisis documental basado en búsquedas realizadas en la base de datos Google Scholar y Pubmed, durante el mes de noviembre de 2020, cuyo marco teórico se basó en la teoría de la motivación humana o jerarquía de necesidades básicas de los seres humanos de Abraham Maslow. Resultados: este escenario puede verse aún más afectado por el período pandémico provocado por el COVID-19, donde la acumulación de adiposidad provoca complicaciones metabólicas. Conclusión: el presente estudio señala que la pandemia COVID-19 puede ser un factor importante para que los brasileños cambien sus hábitos y este es un factor de alerta para el desarrollo de la obesidad en adultos, entendiendo que tiene un impacto en cada uno de los cinco niveles. .la jerarquía de la pirámide de Maslow.

DESCRIPTORES: COVID-19; Obesidad; Nutrición; Salud pública.

RECEBIDO EM: 01/03/2021 APROVADO EM: 12/05/2021

Giullia Daflon Jevaux

Acadêmica de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Campus Macaé, 8º período.

ORCID: 0000-0002-5958-7972

Gunnar Glauco de Cunto Carelli Taets

Enfermeiro, Doutor em Enfermagem e Biociências. Professor Adjunto do Curso de Graduação de Bacharel em Enfermagem da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Campus Macaé. Líder do Laboratório de Pesquisa Integrada em Saúde (PIS/CNPQ).

ORCID: 0000-0003-4427-7864

INTRODUÇÃO

Muito tem-se descrito na literatura mundial sobre os impactos da pandemia provocada pelo SARV-COV2 (COVID-19) nos aspectos socioeconômicos, políticos e da saúde em geral. Porém, pouco tem se falado sobre um dos possíveis impactos que esta pandemia pode ter na população mundial, e mais especificamente, no Brasil, sobre aspectos da alimentação inadequada e desequilibrada acarretando em uma doença grave: Obesidade.

Segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, caracteriza-se por obesidade, o acúmulo excessivo de gordura corporal no indivíduo¹. É entendida como uma doença de caráter multifatorial, pois suas causas estão relacionadas a questões biológicas, históricas, socioeconômicas, culturais e políticas. Sendo considerada o segundo fator de risco mais importante para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como doenças cardiovasculares, diabetes, câncer e outras complicações metabólicas².

A Pesquisa Nacional de Saúde, em 2013, contabilizou que 56,9% (IBGE, 2015) da população brasileira apresenta excesso de peso e a obesidade acomete quase 30 milhões de adultos³. Dados da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade da Síndrome Metabólica (ABESO), estima-se para 2025, que 2,3 bilhões de adultos estejam acima do peso. Já em contexto brasileiro, essa doença crônica aumentou 67,8% nos últimos treze anos, saindo de 11,8% (2006) para 20,3% (2019)⁴. A World Health Organization (WHO) classifica a obesidade de acordo com o Índice de Massa Corporal (IMC), o qual é definido pela razão entre o peso em quilogramas dividido pelo quadrado da altura em metros ($IMC = \text{kg}/\text{m}^2$). A obesidade em adultos é diagnosticada por um IMC acima de 30 kg/m^2 .

Devido às alterações metabólicas causadas pela obesidade, como resistência à insulina e inflamação, tem sido estudada a relação da amplificação da sua resposta na

COVID-19, onde pacientes obesos apresentam dificuldade no combate à infecção, tendência que pode ser observada em outras doenças infecciosas, como a gripe e a hepatite. Com isso, a obesidade é um fator importante de agravamento da Covid-19 e pode aumentar em até quatro vezes o risco de mortalidade⁶. Sendo assim, analisando o cenário atual, o Governo adotou medidas de distanciamento social com a intenção de prevenir a disseminação do vírus, e por isso tivemos academias que foram fechadas por longos períodos ou ainda permanecem, condomínios com restrição de deambulação, até mesmo algumas praias tiveram restrições ao seu uso, diferentes questões proporcionando para que os brasileiros estejam cada vez mais sedentários e ansiosos.

Objetivo do estudo foi relacionar os pilares da Teoria das Necessidades Humanas Básicas de Abraham Maslow com os possíveis riscos e fatores de influência para desenvolver obesidade durante a pandemia da corona virus disease 19 (COVID-19).

MÉTODO

Trata-se de um estudo do tipo reflexivo-teórico com análise documental a partir de buscas realizadas na base de dados Google Acadêmico e Pubmed, durante o mês de novembro de 2020 cujo referencial teórico foi pautado na teoria da motivação humana ou hierarquia das necessidades humanas básicas de Abraham Maslow⁷.

Tal teoria organiza as necessidades básicas comuns a todos de forma hierárquica, sendo que a satisfação em um dado nível deve ser cumprida para se deslocar para o próximo nível, o que é uma motivação comportamental e estão diretamente relacionadas com a sobrevivência. Os níveis de necessidades criados por Maslow são cinco: (1) necessidades básicas e fisiológicas, (2) necessidades de segurança, (3) necessidades de amor, (4) necessidades de estima e (5) necessidades de autorrealização.^{7,9}

A escolha por essas duas grandes bases de dados online se deu pelo fato delas serem suficientes para atender os objetivos do estudo. PubMed Central® (PMC) é

um arquivo de texto completo gratuito de literatura de periódicos biomédicos e de ciências biológicas da Biblioteca Nacional de Medicina dos Institutos Nacionais de Saúde dos EUA (NIH / NLM). A PubMed® compreende mais de 32 milhões de citações de literatura biomédica da MEDLINE, periódicos de ciências biológicas e livros online. MEDLINE® é uma sigla em inglês para Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online) é a base de dados bibliográficos da Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos da América (US National Library of Medicine - NLM). Contém mais de 18 milhões de referências a artigos de jornais científicos, com maior concentração em biomedicina, mas contém também artigos sobre enfermagem, veterinária, farmacologia, odontologia, entre outros.

E o Google Acadêmico ou Google Scholar é um mecanismo virtual de pesquisa livremente acessível que organiza e lista textos completos ou metadados da literatura acadêmica em uma extensa variedade de formatos de publicação. Embora o tamanho do banco de dados do Google Scholar não seja divulgado pelo Google, pesquisadores cientométricos estimaram que ele contenha cerca de 389 milhões de documentos, tornando-se o maior mecanismo de pesquisa acadêmica do mundo em janeiro de 2018⁸.

Para as buscas, utilizou-se os descritores “obesidade”, “covid” e “qualidade de vida” e o conector booleano “and”. Optamos por não limitar o intervalo de tempo e nem o idioma do texto. Logo, os critérios de inclusão para esse estudo foram: textos completos disponíveis gratuitamente, todos os idiomas encontrados, sem limite para intervalo de tempo. Critério de exclusão: estudos com pacientes hospitalizados. Do cruzamento dos descritores, foram obtidos 26 artigos. Após análise do texto completo, e aplicado os critérios de inclusão e exclusão, oito estudos compuseram o escopo desta revisão.

Os dados foram tratados segundo a análise de conteúdo de Bardin. As etapas da análise foram: 1) pré-análise, 2) explo-

ração do material e 3) tratamento dos resultados, inferência e interpretação⁹.

RESULTADOS

O resultado da busca nas bases de dados escolhidas para esse estudo, encontra-se no quadro a seguir (Quadro 1).

DISCUSSÃO

Necessidades básicas ou fisiológicas

Para Maslow, são aquelas diretamente relacionadas à existência e a sobrevivência do ser humano, estando neste grupo as necessidades de alimento, água, sexo, respiração, sono e saneamento¹⁸. Analisando a necessidade de “comida” durante tempos de distanciamento social é fácil perceber

que a função do alimento vai além da nutrição, da “fome física”. As emoções também refletem no comportamento alimentar. É comum os indivíduos utilizarem a comida como forma de lidar com diversas situações, como estresse, ansiedade, tédio, quando quer demonstrar carinho por alguém, quando quer comemorar algo ou alguma data especial.

A chamada “fome emocional” pode se manifestar de diversas formas: comer excessivamente e com maior frequência, dificuldade de distinguir a sensação de fome e saciedade e desejo aumentado por alimentos industrializados, mais calóricos. Além da falsa ideia de que se deve estocar alimentos para que não seja preciso sair de casa, e geralmente esses alimentos são do gênero não perecível, ou seja, podem ser

guardados por períodos longos e trazem menores dificuldades de conservação, o que leva a exposição massiva a biscoitos recheados, salgadinhos, refrigerantes, achocolatado e pratos prontos congelados. Dessa forma, uma pessoa dominada por tal necessidade tende a perceber apenas os estímulos que visam satisfazê-las.

Necessidades de segurança

Se referem à proteção individual contra perigos e ameaças como, por exemplo, a necessidade de segurança de saúde, alimentar, de trabalho, de recursos, de moralidade, da família¹⁸.

Durante a pandemia de COVID-19 muitas empresas, comércios fecharam as portas e conseqüentemente muitas pessoas perderam seus empregos, afetando

Quadro 1 – Característica dos estudos encontrados na busca realizada. 2020.

TÍTULO	PAÍS	OBJETIVO	FONTE
Sarcopenia during COVID-19 lockdown restrictions: long-term health effects of short-term muscle loss ¹⁰ .	Inglaterra	Discutir como essa combinação de redução da atividade física e pior qualidade da dieta, junto com outros fatores relacionados ao estilo de vida e ao risco de hospitalização.	Kirwan, R. et al., 2020.
Obesity, eating behavior and physical activity during COVID-19 lockdown: A study of UK adults ¹¹ .	Inglaterra	Examinar comportamentos relacionados ao peso e barreiras de controle de peso entre adultos do Reino Unido durante o bloqueio social COVID-19.	Robinson, E. et al., 2021.
Determinants of the Lifestyle Changes during COVID-19 Pandemic in the Residents of Northern Italy ¹² .	Itália	Observar os efeitos do bloqueio nas mudanças de estilo de vida e avaliar seus determinantes.	Canello, R. et al., 2020.
Does Sars-Cov-2 threaten our dreams? Effect of quarantine on sleep quality and body mass index ¹³ .	Itália	Investigar o efeito da quarentena na qualidade do sono (SQ) e índice de massa corporal (IMC), e se a mudança no SQ foi relacionada às modalidades de trabalho.	Barrea, L. et al., 2020.
Analysis of the Impact of the Confinement Resulting from COVID-19 on the Lifestyle and Psychological Wellbeing of Spanish Pregnant Women: An Internet-Based Cross-Sectional Survey ¹⁴ .	Espanha	Analisar o impacto do confinamento devido às pandemias COVID-19 nos hábitos alimentares, de exercícios e de qualidade de vida de gestantes.	Biviã-Roig, G. et al., 2020.
Impact of COVID-19 and comorbidities on health and economics: Focus on developing countries and India ¹⁵ .	Índia	Revisar a literatura disponível com relação ao impacto do COVID-19 e comorbidades na saúde e na economia.	Singh, AK; Misra, A, 2020.
Diet, Nutrition, Obesity, and Their Implications for COVID-19 Mortality: Development of a Marginalized Two-Part Model for Semicontinuous Data ¹⁶ .	Irã	Avaliar o efeito da dieta, nutrição, obesidade e suas implicações para a mortalidade por COVID-19 entre 188 países, usando novos modelos estatísticos de duas partes marginalizados.	Kamyari, N. et al., 2021.
Clinical characteristics and risk factors for mortality in obstetric patients with severe COVID-19 in Brazil: a surveillance database analysis ¹⁷ .	Brasil	Descrever as características clínicas de gestantes e puérperas com COVID-19 grave no Brasil e examinar os fatores de risco para mortalidade.	Takemoto, M. et al., 2020.

inúmeras famílias em relação ao orçamento financeiro. A renda familiar está associada diretamente à segurança alimentar e nutricional, à saúde, diante dessa situação, muitas pessoas deixam de ter acesso à saúde, ou pelo medo de ir a um hospital em caso de emergência e então ficar exposto ao vírus ou por ter perdido o plano de saúde que o trabalho proporcionava, por exemplo. Também pode deixar de ter acesso a medicamentos controlados pela falta de abastecimento de farmácias e postos de saúde. Algumas famílias podem optar por comprar alimentos com maior vida de prateleira, em detrimento de frutas, verduras e legumes, para não ter que estar sempre saindo de casa, e geralmente esses alimentos são ultraprocessados, e tem maior relação com a obesidade. O simples fato de alguns profissionais como nutricionistas, médicos e psicólogos terem tido o aval dos Conselhos Federais para a realização de consultas online pode trazer insegurança ao paciente. Todas essas questões desestabilizam a segurança do indivíduo. Entretanto, no contexto de segurança à saúde, temos um ponto chave que é essencial para assegurar o reconhecimento de famílias e indivíduos que precisam de um acompanhamento, que são as Estratégias de Saúde à Família (ESF), através de visitas domiciliares. Segundo Assis, L.M.B et al., com a pandemia, alguns sentimentos como solidão, “vazio”, angústia, questões psicossomáticas se intensificaram e a procura por visitas domiciliares aumentou. Assim, a conduta centrada no indivíduo é fundamental para elaborar o plano de ação, direcionando as metas e o seguimento conforme a necessidade¹⁹.

Necessidades sociais

Se referem a necessidade de afeto das pessoas que convivemos tais como: amigos, noiva (o), esposa (o) e filhos. Relacionadas à vida em sociedade, convívio social, amizade, respeito, amor, lazer¹⁸.

O ser humano tende a construir laços afetivos com o objetivo de se sentir parte da sociedade e não está, por muitas vezes, preparado para viver momentos de distanciamento e isolamento social. Como

**O ser humano
tende a construir
laços afetivos com o
objetivo de se sentir
parte da sociedade
e não está, por
muitas vezes,
preparado para
viver momentos de
distanciamento e
isolamento social.
Como exemplo,
muitas igrejas,
templos foram
impossibilitadas de
realizar seus cultos
religiosos por conta
da aglomeração.**

exemplo, muitas igrejas, templos foram impossibilitadas de realizar seus cultos religiosos por conta da aglomeração. Ocorre a privação da realização de exercícios físicos tanto em academias quanto em ambientes abertos como praias, academias ao ar livre e praças. Sendo a realidade da maioria dos brasileiros a falta de espaço e equipamentos em casa para a realização de atividades físicas, ou receio de se lesionar por falta de acompanhamento profissional ou até mesmo a falta de ânimo, aumentando o sedentarismo, que trará impactos no aumento do peso corporal.

Necessidades do ego (estima)

Se relacionam com a autoestima, confiança, conquista, respeito de outros e aos outros¹⁸. O ser humano tem a necessidade de reconhecer suas capacidades pessoais e ser reconhecido por outras pessoas pelo que desempenham e em relação ao corpo, à estética não é diferente. Até o final do século XIX, homens e mulheres com excesso de peso eram considerados como padrão de beleza e fertilidade. Nos dias atuais, houve uma mudança do modelo de beleza para um corpo magro, caracterizando um padrão estético denominado de “boa forma”²⁰. Indivíduos acima do seu peso tendem a se frustrar com mais facilidade por não possuir uma boa relação com a comida e então descontar suas emoções nela, podendo até desenvolver transtornos alimentares. As emoções, sentimentos e compulsão alimentar podem se acentuar em tempos de isolamento social e isso se tornar um ciclo vicioso devido a perda do autocontrole. O psicológico afetado da pessoa com obesidade é resultante dos estigmas sociais e de valores ligados à cultura atual que considera o “corpo gordo” fora do padrão social.

Necessidades de autorrealização

Estão diretamente relacionadas à realização integral da pessoa, ou seja, expressam o mais alto nível das necessidades¹⁸. O indivíduo tem a necessidade de utilização plena das potencialidades, de capacidade e da existência de ideologias. Relaciona-se com as necessidades de estima: a autono-

mia, a independência e o autocontrole. E se o indivíduo não consegue lidar com suas emoções, com seu ego, tem dificuldade de se aceitar, em meio ao isolamento social, isso vai se potencializar e também vai ter dificuldade de chegar a esse nível.

CONCLUSÃO

A pandemia da COVID-19 pode ser um fator importante para que os brasileiros mudem seus hábitos. O estresse e ansiedade relacionados à quarentena

tem sido associado ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados/industrializados e a redução de exercícios físicos. Tais mudanças podem aumentar o risco de desenvolver obesidade que é associada a complicações cardíacas, diabetes e doenças pulmonares que demonstraram aumentar o risco de complicações mais graves da COVID-19. Assim, o presente estudo aponta que a pandemia da COVID-19 pode ser considerada um fator de alerta para desenvolvimento de obesidade em adultos por apresentar

impacto nos cinco níveis hierárquicos da pirâmide de Maslow. Portanto, sugere-se manter um estilo de vida saudável com alimentação equilibrada (frutas, vegetais, grãos integrais e menor consumo de alimentos industrializados), sendo essa a melhor maneira de obter todos os nutrientes essenciais para manter uma boa saúde, função imunológica normal e menor chances de desenvolver obesidade e doenças associadas a ela, junto a prática de exercícios físicos, boa hidratação e sono regulado. ■

REFERÊNCIAS

1. Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia. O que é obesidade?; 2010. [cited 2020 Nov 12]. Available from: <https://www.endocrino.org.br/o-que-e-obesidade/>.
2. Brasil. Agência Nacional de Saúde Suplementar. Manual de Diretrizes para o enfrentamento da obesidade na saúde suplementar brasileira. Rio de Janeiro, 2017. 11 p.
3. Brasil. Agência Nacional de Saúde Suplementar. Vigitel Brasil 2015 Saúde Suplementar: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, DF; Rio de Janeiro: Ministério da Saúde, ANS, 2017. 119 p.
4. Brasil. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome metabólica. Mapa da Obesidade. [cited 2020 Nov 12]. Available from: <https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>.
5. WHO (World Health Organization). Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of WHO consultation on obesity. Geneva: WHO, 1998.
6. Tartof, SY, et al. Obesity and Mortality Among Patients Diagnosed With COVID-19: Results From an Integrated Health Care Organization. *Annals of Internal Medicine*. 2020. [cited 2020 Nov 21]. Available from: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/M20-3742>.
7. Maslow, AH. Uma teoria da motivação humana. O comportamento humano na empresa, 1975; 2:337-366. [cited 2020 Nov 10]. Available from: <https://www.marciokarsten.pro.br/wp-content/uploads/2019/11/Uma-teoria-da-motiva%C3%A7%C3%A3o-humana.pdf>.
8. Gusenbauer, Michael (2018-11-10). "Google Scholar to overshadow them all? Comparing the size of 12 academic search engines and bibliographic databases". *Scientomometrics*. 118: 177-214. Acesso livre.
9. BARDIN, L. Análise de Conteúdo. Tradução de Luís A. Reto e Augusto Pinheiro. 5ed. Lisboa: Edições 70, 2009.
10. Kirwan, R. et. al. Sarcopenia during COVID-19 lockdown restrictions: long-term health effects of short-term muscle loss. *Geroscience*. 2020 Dec;42(6):1547-1578
11. Robinson, E. et al. Obesity, eating behavior and physical activity during COVID-19 lockdown: A study of UK adults. 2021 Jan 1;156:104853.
12. Canello, R. et al. Determinants of the Lifestyle Changes during COVID-19 Pandemic in the Residents of Northern Italy. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Aug 28;17(17):6287.
13. Barrea, L. et al. Does Sars-Cov-2 threaten our dreams? Effect of quarantine on sleep quality and body mass index. *J Transl Med*. 2020 Aug 18;18(1):318.
14. Biviá-Roig, G. et al. Analysis of the Impact of the Confinement Resulting from COVID-19 on the Lifestyle and Psychological Wellbeing of Spanish Pregnant Women: An Internet-Based Cross-Sectional Survey. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Aug 15;17(16):5933.
15. Singh, AK; Misra, A. Impact of COVID-19 and comorbidities on health and economics: Focus on developing countries and India. *Diabetes Metab Syndr*. Nov-Dec 2020;14(6):1625-1630.
16. Kamyari, N. et al. Diet, Nutrition, Obesity, and Their Implications for COVID-19 Mortality: Development of a Marginalized Two-Part Model for Semicontinuous Data. *JMIR Public Health Surveill*. 2021 Jan 26;7(1):e22717.
17. Takemoto, M. et al. Clinical characteristics and risk factors for mortality in obstetric patients with severe COVID-19 in Brazil: a surveillance database analysis. *BJOG*. 2020 Dec;127(13):1618-1626.
18. Regis, LFLV. A equipe de enfermagem e Maslow: (in)satisfações no trabalho. *Rev Bras Enferm* 2006 jul-ago; 59(4): 565-8.
19. Assis, L.M.B.; Pinheiro, M.L.; Morais, M.M.M.; Fernandes, D.M.A.P.; Melo, V.F.C.; Motta, M.F.; Cuidado dentro de casa: reflexões sobre visitas domiciliares na Estratégia Saúde da Família. *Revista Saúde Coletiva*. 2021; (11) N.62.
20. Castro MR, Carvalho RS, Ferreira VN, Ferreira MEC. Função e imagem corporal: uma análise a partir do discurso de mulheres submetidas à cirurgia bariátrica. *Rev. bras. cienc. esporte*. 2010;32(24):167-83.